Peeling kawowy na cellulit – przepis

- 4 łyżki drobno zmielonych ziaren kawy
- 1 łyżka oliwy
- 1 łyżeczka miodu
- Opcjonalnie: kilka kropel żelu pod prysznic
- Opcjonalnie: kilka kropel ulubionego olejku eterycznego
- Opcjonalnie: folia spożywcza

Jak to zrobić?

Połącz wszystkie składniki ze sobą. Jeżeli papka jest zbyt sucha, dodaj odrobinę oliwy. Natomiast jeśli wydaje Ci się za rzadka, dodaj więcej ziaren kawy.
Lubisz, gdy peeling mocno się pieni? Dodaj do papki kilka kropel żelu pod prysznic. A jeśli przeszkadza Ci zapach kawy, możesz dodać 1-2 krople ulubionego olejku eterycznego.

Peeling wcieraj w umyte ciało kolistymi ruchami. Skup się przede wszystkim na najbardziej newralgicznych strefach, obciążonych cellitem. Postaraj się, by masaż trwał 10-15 minut.

Chcąc wzmocnić działanie peelingu, po masażu owiń ciało folią spożywczą i wskocz pod koc na godzinę.

Peeling zmyj pod prysznicem, naprzemiennie zimnym i ciepłym strumieniem wody. To dodatkowo ujędrni skórę.

Peeling stosuj 2-3 razy w tygodniu, a na pewno szybko zobaczysz pierwsze efekty!